Bébé devient grand

BÉBÉ ENTRE 1 ET 3 ANS

ARTICLE

NOV. 21, 2016

1 MIN

Mon bébé grandit : il a encore des besoins nutritionnels spécifiques. Comment l'accompagner jusqu'à ses 3 ans ?

Si son menu tend de plus en plus à ressembler au vôtre, votre grand bébé a encore des besoins nutritionnels spécifiques, il ne peut pas encore manger exactement les mêmes choses que vous.

Les apports nutritionnels

Le lait et les produits lactés restent la base de son alimentation. Les aliments non lactés sont introduits progressivement dans son menu. Il est important de privilégier ceux dont les teneurs en sucre, sels et graisses saturées sont contrôlées. Pour un meilleur contrôle des apports protéiques, il est conseillé de donner des aliments riches en protéines (viande, poisson, oeufs) à votre bébé qui n'a qu'un seul repas par jour.

Avant 3 ans, privilégiez le lait de croissance*, car le lait de vache ne correspond pas encore aux besoins nutritionnels de votre bébé !

À partir de 12 mois, votre bébé a des besoins nutritionnels spécifiques pour bien grandir. Le lait de croissance est conçu pour y répondre plus spécifiquement que le lait de vache grâce à sa composition plus riche en fer en acides gras et sa teneur ajustée en protéines.

*aliment lacté pour enfant en bas âge.